

Reviver



ASSOCIAÇÃO DE PROTECÇÃO E ASSISTÊNCIA A PESSOAS DE TERCEIRA IDADE | FUNDADA EM 18/11/1979



Vamos todos ficar BEM!

editorial



Estamos a viver uma das maiores crises da nossa era. Primeiro a crise sanitária, a que se seguirá uma crise económica e financeira.

Todo o mundo já foi, está ou virá ainda a ser seriamente afetado. O número de pessoas infetadas já ultrapassa largamente os 2 milhões e o número de óbitos caminha para os 200 mil.

Assistimos, quase em direto, via televisão aos dramas vividos muito perto de nós, em Espanha e Itália, nomeadamente. Em Portugal, preparámo-nos para o pior que, apesar de tudo, não veio a acontecer. Temos a lamentar quase sete centenas de mortes no momento em que escrevo) que atingiram particularmente, tal como era espectável, a população mais vulnerável – os idosos – e que sofria já de outras patologias.

No meio de tudo isto, como o futebol está suspenso, os “treinadores de bancada” na falta de assunto da sua especialidade mudaram de modalidade. Vimos, assim, surgir “médicos de bancada”, “economistas de bancada” e outros especialistas formados à pressa, criticando decisões e dando as mais díspares opiniões cada um para seu lado.

Mas assistimos a algo mais grave. De repente, “toda a gente” começou a falar dos Lares e do “perigo” que eles representam!

Durante muito tempo estas Instituições,

na sua maioria de solidariedade social e sem fins lucrativos, que cuidam dos nossos mais velhos foram simplesmente ignoradas, apenas se falando delas quando, pontualmente, havia um problema com alguma. Então lá iam as televisões e outra comunicação social no seu espírito mórbido explorar a situação e, pior ainda, fazendo crer nem que seja por omissão, que as Instituições são todas iguais.

Ninguém, nenhum País, estava preparado para esta pandemia e as Instituições também não. Seja em Portugal ou no resto do mundo, como já está sobejamente provado.

É “natural”, mas custa-me dizê-lo, sendo nos Lares que vive a população mais vulnerável, seja aí que se verifiquem mais problemas, mas não tantos quanto as notícias repetitivas que diariamente nos massacram, nos induzem a pensar. A verdade é que, apesar de tudo, a larga maioria das Instituições tem conseguido manter-se imune à doença e que esse esforço deve ser continuado.

No Lar de S. Mateus, desde cedo muito cientes da gravidade da situação, foram tomadas medidas preventivas (descritas neste boletim) com o objetivo de evitar algum contágio, em alguns casos antecipando decisões das autoridades de saúde. São medidas difíceis que terão ainda se de prolongar por mais algum tempo.

Entretanto, a Câmara Municipal de Tomar tomou a iniciativa de fazer testes a todos
(continua na pág. 4)

Reinventar o nosso dia a dia...



**Por: Bruna Vicente
– Animadora
Sociocultural
do Lar de S. Mateus**

A animação sociocultural é feita PARA e COM os nossos velhos... independentemente da situação que se enfrenta.

A animação com idosos define-se como um estímulo da vida mental, física e afetiva da pessoa idosa. Só quem trabalha todos os dias no terreno se apercebe que ao animador lhe é exigido muito mais que atividades.

Na situação que todos nós enfrentamos, o trabalho e até a companhia da animadora é para os nossos idosos mais importante que todo o resto. Estão neste momento mais recetivos, mas também mais exigentes.

Não podemos esquecer que estão fechados dentro da mesma casa, com as mesmas pessoas há mais de um mês.

Não recebem visitas, não fazem passeios, não vão às suas casas, não estão com a família, os cadeirões estão mais afastados e até dos beijinhos estão privados. A única forma de manter contacto com o exterior é através das redes sociais, mas não chega.

Tudo isto obrigou a reinventar o trabalho da animadora. As atividades feitas em grupo, que são as que mais motivam os idosos pela diversão que proporcionam, passaram a ser feitas em dois grupos, fazem-se mais jogos individuais e também os novos jogos como forma de aumentar a motivação.

Durante as atividades as televisões são desligadas, desta forma pretende-se, para além de manter os idosos ativos, que possam esquecer tudo o que os rodeia e se divertam, mas com todos os cuidados necessários, seja com o afastamento social como pelo uso de máscara pela animadora.

Só assim, ativos, podem descontraírem-se física e psicologicamente.

A animação dos idosos deve estar incluída no conjunto de serviços prestados pela Instituição, em pé de igualdade com a alimentação, cuidados de saúde e higiene, vestuário

e conforto. Onde também foi reinventado o trabalho...

As *meninas*, como são chamadas pelos idosos, passaram a utilizar equipamento de proteção específico, conforme normas da DGS, durante todo o turno de trabalho que passou a ser de onze horas diárias durante cinco dias, com cinco dias de folga. Todos os dias, além de cuidarem, tratem e mimem os nossos idosos passaram a desinfetar puxadores, cadeirões, cadeiras de rodas, andarilhos entre outros objetos que para o bom funcionamento da Instituição obrigam ao toque.

Na cozinha, luvas e touca já eram usadas pelas nossas colegas, mas

agora também passaram a usar máscara – segundo alguns idosos andam todas tapadas – e a ter cuidados redobrados com a receção dos imprescindíveis fornecimentos. Quando recebem as encomendas à porta, usam cobre pés, luvas, máscara, touca e ainda as batas descartáveis, ficando os produtos sem serem tocados durante algumas horas ou dias.

Nos tempos que correm uma vez mais se prova o quão útil é o trabalho das *meninas da limpeza*, que dividem as tarefas de desinfeção com as colegas do apoio.

As *meninas da roupa* todos os dias lavam, estendem e passam a ferro as roupas, mantendo assim os cuidados e conforto dos nossos idosos. Também a nossa enfermeira, porto seguro nos cuidados de saúde aos nossos utentes e o nosso médico, assim como, a psicóloga que mais do que nunca é fundamental para o bem-estar emocional dos idosos.

Não esquecendo a nossa secretária, onde as colegas, tal como todas as outras, quando entram usam cobre pés, máscara e medem a temperatura, para poderem dar continuidade ao trabalho administrativo e serviço ao bar, onde o cafezinho, ainda que servido em copos de papel, mantém aquecida a esperança. É assim o nosso dia a dia para dar vida e calor aos nossos Velhosos...

Reviver | N.º 41 | Ano 11 | Periodicidade: Trimestral (janeiro/fevereiro/março 2020)

Propriedade, Administração e Redação: Lar de S. Mateus – Associação de Proteção e Assistência a Pessoas de Terceira Idade
Fundada em 18/11/1979 | Contribuinte n.º 500 945 152

Rua Francisco de Brito, 44 · 2300-024 Junceira · TOMAR · Tel.: 249 371 454 · Fax.: 249 371 581 · E-mail: lar.s.mateus@sapo.pt

Direção: José Maia, Presidente da Direção do Lar de S. Mateus

Coordenação Editorial: Rui Lopes | Fotografia: Luísa Nobre | Coordenação Gráfica: Carlos Godinho

Impressão: TêCê – Tipografia Comercial de Tomar, Lda. · Rua do Pé da Costa de Baixo, 26 A · 2300-588 Tomar · Tel.: 249 312 615

Tiragem: 500 Exemplares | Depósito Legal: 311476/10 | Distribuição gratuita aos Sócios, Clientes e Colaboradores do Lar de S. Mateus

Caro(a) Sócio(a): Não se esqueça de efetuar o pagamento das Quotas do Lar!

(continuação da pág. 2)

os utentes dos Lares do município, entre os quais o Lar de S. Mateus que foi dos primeiros. Tenho que confessar que foi com emoção que tomei conhecimento ao início da noite de sábado, dia 28 de março, que todos os testes tinham resultado negativo. Os nossos agradecimentos à Câmara Municipal pela sua atitude pró-ativa.

De outras entidades oficiais tivemos promessas de apoio – equipamentos de proteção, por exemplo – mas, até ao momento, nada chegou.

Tivemos, isso sim, da parte da chamada “sociedade civil” ofertas com muito significado, não apenas pelo seu valor intrínseco, mas principalmente pelo seu espírito solidário, como também está sublinhado neste boletim. Obrigado a todos por isso!

Seria de enorme injustiça, não fazer um forte sublinhado à atitude das nossas colaboradoras pela responsabilidade e espírito de missão com que estão a encarar este período difícil, continuando a desempenhar as suas funções com profissionalismo, dedicação, coragem e sacrifício pessoal na prestação aos nossos idosos dos cuidados necessários com o carinho que eles nos merecem. Obrigado a todas!

Nas Instituições de Solidariedade Social nunca houve tempos fáceis e no Lar de S. Mateus também não. Nesta situação difícil, para além de todas as medidas que foi necessário tomar, está também a ser necessário incorrer em gastos acrescidos que não estavam previstos, nomeadamente para a aquisição de equipamentos de proteção e outros. Daí que me permito apelar à solidariedade dos nossos sócios e amigos no sentido de poderem contribuir para minorar este facto contribuindo com um donativo, pequeno que seja, porque a soma é sempre maior que as partes.

Bem hajam todos!
20 de Abril de 2020

José Maia
Presidente da Direção



Cantar os Reis

Dia de Reis – Lar e Área Infantil

É tão bom quando tradições seculares inspiram gerações e nos proporcionam momentos tão bonitos como aqueles protagonizados por crianças da nossa Escola que vieram “Cantar os Reis” ao Lar de S. Mateus.

Se por aqui se avivam memórias, também por aqui a história permanece e continua!

Cantar os Reis – Grupo do Carril e Vales

Com a entrada do novo ano, as velhas mas boas tradições vão-se mantendo, como aquela que recebemos no Dia de Reis. Um grupo de boas vozes do Carril e Vales cantaram bonitas canções de Reis para os nossos clientes.

Agradecimentos a todos e até para o ano.



Cantar As Janeiras – Lar e InterIPSS's

O “Cantar as Janeiras” é uma atividade que envolve as IPSS's do concelho de Tomar e Ferreira do Zêzere, levando Diretores Técnicos e Animadores a percorrer várias Instituições levando as suas músicas.

Desta vez, a 22 de Janeiro, levaram também instrumentos musicais – pandeireta, maracas, jambés – que conferiram uma animação musical vibrante, colhendo elogios ao empenhado e simpático grupo.

Projeto Mente Sã

Projeto “Mente Sã” – Lar e Biblioteca Municipal de Tomar

É no primeiro dia do ano que se comemora o Dia Mundial da Paz, mas todos os dias esse propósito – a Paz – deve estar no nosso espírito.

Deste modo, já passados alguns dias, a **28 de janeiro**, o projeto “Mente Sã” trouxe este tema, a seu conceito, origem e sua evolução.

Aproveitando a intervenção duma ilustre convidada, a escritora Ermelinda Alves, foi lido um poema e debateu-se a importância da paz nas relações entre pessoas, na coesão, colaboração e no respeito social. E se em paz nos encontrávamos em paz ficámos!



Chegou o **fevereiro** e com ele um novo desafio. Desta vez a abordagem centrou-se na água, a sua importância e também o seu desperdício. Para nos falar sobre este tema, esteve conosco a Eng.^a Cátia Pouseiro, do CMIA – Centro de Monitorização e Interpretação Ambiental de Tomar, que trouxe um microscópio que fez a delícia dos nossos clientes! Viram “bichinhos”, não visíveis a olho nu a mexerem-se na água e que agora tinham sido



“desmascarados” por aquele estranho aparelho.

Numa segunda atividade simulou-se uma torneira – numa garrafa com água e corante azul – fizeram-se vários furinhos ao redor do fundo e então as leis da física “exerceram a sua autoridade”, porque ao abrir-se a tampa a água corria pelos furinhos e ao fechar-se a água parava. Assim se demonstrou o que é a força da gravidade e a pressão atmosférica. Muito curioso!

Para rematar falou-se ainda do ciclo da água e da vida, na sua interligação e dependência. Uma observação microscópica sobre a evolução dos mosquitos e lagartos demonstrou o papel, cada vez mais essencial, da tecnologia!

Para fechar o trimestre estava planeado falarmos sobre o Dia Mundial do Teatro, mas tal não chegou a acontecer por força das medidas impostas na prevenção à COVID-19!





Eventos Carnavalescos



Bailes de Carnaval – Lar e InterIPSS's

No dia 19 de Fevereiro, as Instituições dos concelhos de Tomar e Ferreira do Zêzere participaram no baile de Carnaval, como habitualmente dinamizado na ACRS da Venda Nova, encontro sempre muito divertido. Para as nossas máscaras, este ano escolhemos os "Flintstones".

Os materiais utilizados resultaram dum aproveitamento de sobras de outras atividades, nomeadamente da Festa dos Tabuleiros e de restos de lençóis, cartão, canas, envolvendo um trabalho empenhado dos clientes que costuraram os fatos, não faltando o nó da gravata pelo nosso Diretor Geral. A juntar a estes disfarces, o emblemático carro com tração às 4 e mais pernas!

No seu conjunto o resultado foi uma reprodução sublime daquela série de televisão animada, cujo primeiro episódio remonta à década de 60 bem conhecida pelos nossos clientes.

Neste baile participaram tantas outras máscaras como pandas, ovos estrelados, ananases, índios, abelhas, joaninhas,



– Lar e Área Infantil

No dia 28 de Fevereiro, tivemos uma visita carnavalesca dos nossos mais pequenos amigos da Escola e Jardim de Infância. Como sempre uma alegria colorida e contagiante.

matrafonas e muitos outros que fora do seu habitual contexto acrescentam graça nestes convívios carnavalescos. Neste dia uma cliente da nossa Instituição completava mais um aniversário e cantámos-lhe os parabéns, num miminho num dia especial! No final aconteceu um lanche partilhado e a entrega de diplomas.

A festa aconteceu na sala de estar da Instituição com os nossos "flintstones" a receber princesas, cavaleiros, super-homens, unicórnios, swats, forças especiais, bruxas, moranguinhos, *spice girls*, espanholitas etc. Todos eles, dos mais velhos aos mais novos, os super-heróis que encantam o nosso dia a dia! Dançaram e lançaram confettis e serpentinas, num baile animado a repetir para o ano.



...outros Carnavais



Carnaval – Grupo Fonte de D. João e Grupo de Crianças da Junceira

O Carnaval reúne grupos de mascarados que se diverte, e nos diverte!

É tão bom receber estas visitas sentindo que a afeição não tem cara, não tem roupa, não tem pintura, não tem idade, mas tem muita generosidade que valoriza quem a partilha e fomenta!

O grupo da Fonte de D. João fez jus a isso mesmo, bem como um pequeno grupo de crianças entre meses e 3 anos de idade e outras mais velhinhas que também nos visitaram nesta época festiva, deixando um rasto de alegria e bom convívio! Obrigado e até para o ano!



Dia da mulher

Dia da Internacional da Mulher – Lar

No dia 8 de março comemora-se o Dia Internacional da Mulher e a nossa Instituição, que acolhe tantas senhoras, clientes e colaboradoras, não poderia ficar à margem deste dia. Dias antes fizemos bolachinhas de canela e depois foram empacotadas e oferecidas às senhoras no seu dia.

Mas para que os senhores não ficassem tristes, demos também uma bolachinha a cada um, lembrando-lhe a importância deste dia. Por fim, o Diretor Geral também entregou às colaboradoras uma caixa de bombons!



Dia do Pai



Dia do Pai – Lar

Neste dia 19 de março, em que se celebra o Dia do Pai, houve bombons, em forma de rebuçado, para todos os clientes do sexo masculino. Engraçado foi a forma de agradecimento. Se por um lado receberam docinhos, por outro agradeceram com uma "cotovelada". Em tempo de vírus "uma no cravo e outra na ferradura", mas é para uma boa defesa! Feliz dia do Pai!

Sessão cinematográfica na Instituição
– Filme “Maria Papoila”
– Lar

O cinema é sempre uma atividade muito apreciada pelos nossos clientes. No dia 24 de março, mais uma vez foi improvisada uma sala de cinema no nosso ginásio e aí se passaram quase duas horas de bom entretenimento.



Desta vez o filme escolhido – “Maria Papoila” – remonta ao ano de 1937, cuja a autoria pertence a Leitão Barros. Apesar da sua

antiguidade, este filme, como vários outros da sua época, desperta sempre uma grande curiosidade e animação da parte dos nossos clientes, recordando tempos áureos das suas vidas.

A história é de uma jovem camponesa – protagonizada por Mirita Casimiro – que vai do campo para a cidade trabalhar como doméstica, tão comum a muitas raparigas e mulheres daquela época. O enredo conta o sacrifício a que esta jovem sujeita a sua honra, em nome duma paixão.

Como se esperava, o agrado foi generalizado.



Como o tempo não pára, temos de o ocupar de forma a que nem o corpo nem a mente também não parem. Ao longo dos dias, quando não há outras atividades, os nossos utentes, com a ajuda da nossa Animadora, vão realizando vários trabalhos manuais, aplicando e reciclando técnicas num aguçar da imaginação.



Atividades de Animação... e não só!

”

As atividades feitas em grupo, que são as que mais motivam os idosos pela diversão que proporcionam, passaram a ser feitas em dois grupos, fazem-se mais jogos individuais e também os novos jogos como forma de aumentar a motivação.

Durante as atividades as televisões são desligadas, desta forma pretende-se, para além de manter os idosos ativos, que possam esquecer tudo o que os rodeia e se divirtam, mas com todos os cuidados necessários, seja com o afastamento social como pelo uso de máscara pela animadora.

*Só assim, ativos, podem descontraí-
-se física e psicologicamente.*

“

Bruna Vicente



1.ª Semana Cultural

Semana Cultural

O Agrupamento de Escolas Templários, a que pertence a escola da Junceira, promoveu nos dias 27 e 28 de fevereiro a sua 1.ª Semana Cultural. Nestes dois dias foram dinamizados cerca de 250 workshops, em diferentes áreas dos "fazeres", das artes e da tecnologia, que decorreram simultaneamente em 11 escolas daquele Agrupamento, permitindo a todos os alunos vivências



diversificadas, numa aproximação clara de cada escola ao meio em que se insere com a colaboração da comunidade local. Na Junceira e com o apoio da Junta de Freguesia, as atividades decorreram na Associação Cultural e Recreativa da Junceira, com a realização de vários workshops envolvendo jogos tradicionais, culinária, música, teatro, estátuas vivas, dança contemporânea entre outras atividades, distribuídas por vários espaços. Todos os espaços onde decorreram estas atividades foram visitadas com muito interesse por uma "delegação" do Lar de S. Mateus que participou também num workshop onde ajudámos um grupo de alunos a desenvolver a sua capacidade artística e criativa decorando frascos de vidro. Aqui fica o nosso agradecimento pelo convite.



Parabéns a Você...

Festas de Aniversário dos Clientes

A Comemoração dos aniversários é sempre sentida com boa disposição, muitas velinhas a apagar, boa comida e música alegre a acompanhar.

JANEIRO



Antónia Abreu Baptista
12/01/1940



Maria da Graça Vieira
16/01/1933



Alice Rosa Simões
20/01/1931



Maria José Faria Pereira
22/01/1942



Raquel Isabel Ferreira
24/01/1929

FEVEREIRO



Francisco Carreira
08/02/1937



Maria de Lurdes Pombeira de Jesus
10/02/1940



Maria de Fátima Pombeira
19/02/1964



Belmira Graça Jorge Rodrigues
20/02/1937



Américo Lopes
23/02/1930



Silvína Maria da Conceição Graça
23/02/1938

MARÇO



Mª Luísa de Jesus Pombeiro
02/03/1936



Maria Manuela Santos
04/03/1934



António Antunes
07/03/1929



José António Perna
08/03/1932



Nuno Manuel F. Farinha António
11/03/1958



António Manuel F. Rodrigues
11/03/1973



Belmira Maria Farinha
16/03/1937



Maria do Carmo Rosa
21/03/1926



Aníbal Quintas Bento
23/03/1942



Laura Alface Antunes
24/03/1939



Ofertas Solidárias



O Rotary Club de Odivelas

de que alguns sócios e conterrâneos são membros, entendeu oferecer ao Lar de S. Mateus um valioso equipamento de monitorização dos sinais vitais portátil, idêntico ao que é utilizado em hospitais, que irá ser de grande utilidade para a nossa enfermeira e restantes cuidadoras na monitorização do estado de saúde dos nossos clientes.

Ao Rotary Club de Odivelas o nosso agradecimento pelo apoio concedido que faz jus aos princípios humanitários do movimento rotary. Muito obrigado! Como é sabido, tudo o que contribua para a proteção individual, das nossas colaboradoras e dos nossos idosos é uma dádiva essencial. A seguir referimos várias ofertas entretanto recebidas:



A ADFERSIT – Associação Portuguesa para o Desenvolvimento dos Sistemas Integrados de Transporte, com sede em Lisboa, ofereceu ao Lar de S. Mateus um conjunto significativo de equipamentos de proteção – máscaras cirúrgicas, fatos de proteção, óculos e viseiras – que nos permitirão ultrapassar, por algum tempo, as dificuldades neste tipo de equipamento bem necessário. O nosso obrigado à ADFERSIT.

O nosso muito obrigado ao proprietário da destilaria **Ferreira Gomes & Filhos, Lda.** que ofereceu ao Lar de S. Mateus, e a outras Instituições do concelho de Tomar, 20 litros de álcool-gel, um produto essencial para a desinfeção das mãos de que estávamos muito carentes. Bem-haja por esse gesto solidário.



Um agradecimento ao proprietário da destilaria **Ferreira Gomes & Filhos, Lda.** que ofereceu ao Lar de S. Mateus, e a outras Instituições do concelho de Tomar, 20 litros de álcool-gel, um produto essencial para a desinfeção das mãos de que estávamos muito carentes. Bem-haja por esse gesto solidário.



O nosso muito obrigado aos **Achigãs do Zêzere** e à **Associação Recreativa e Cultural de Chão das Maias** pela oferta de várias Viseiras de Proteção.

O nosso sócio e amigo **Nuno Filipe** fez-nos também uma oferta de duas caixas de máscaras cirúrgicas. Obrigado Nuno! Um bem-haja pelo vosso contributo. Juntos somos mais fortes e vamos conseguir ultrapassar tamanha adversidade.

Saiba como pode beneficiar fiscalmente com o seu donativo

Particulares (IRS)

(Artigo 63.º do EBF – Deduções à coleta do imposto sobre o rendimento das pessoas singulares)

Um donativo permite-lhe deduzir 25% do valor doado ao valor do imposto a pagar (coleta), até ao limite de 15% da coleta. Isto significa, por exemplo, que por cada 100 euros de donativo, vai deduzir 25 euros ao seu IRS, até ao limite de 15% da coleta.

Empresas (IRC)

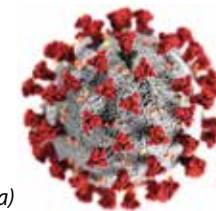
(Artigo 62.º do EBF – Dedução para efeitos da determinação do lucro tributável das empresas) Os donativos a IPSS que apoiem a 3.ª idade, são considerados custos ou perdas do exercício, até ao limite de 8% do volume de vendas e/ou prestação de serviços no exercício, podendo aquele custo ser considerado no correspondente a 140% do valor doado. Assim, a título de exemplo, um donativo no valor de 100 euros é considerado, para todos os efeitos, um custo da empresa no valor de 140 euros, até ao limite de 8% do volume de vendas e/ou prestação de serviços no exercício.

Se ainda, não entregou a sua declaração de IRS, retire uma fatia ao Estado por uma boa causa

Através da consignação, prevista na declaração de IRS, pode desviar parte do imposto que iria para o Estado para uma Instituição à sua escolha. Esta ação não tem custos para o contribuinte e 0,5% do valor do donativo são retirados do IRS que teria de pagar ao Estado. Por exemplo se tiver de pagar ou já tiver retido 500 euros, desse valor o Estado entrega 25 euros à Instituição. Assim, todos os anos, pode doar 0,5% do seu IRS a uma entidade de solidariedade social, religiosa ou de utilidade pública reconhecida pelo Estado. Para tal, preencha no local próprio da declaração de IRS, o nome da Instituição e o respetivo número de contribuinte.

NIPC do Lar de S. Mateus – 500 945 152

COVID-19 CORONAVIRUS



(continuação da contracapa)

foram criadas melhores condições para o contacto com as famílias através de telefone móvel, como já acontecia, mas também através de videochamada.

Face à impossibilidade de realizar atividades no exterior, muitas vezes em conjunto com outras Instituições, tiveram de ser reinventadas novas atividades de animação sociocultural.

Para além da monitorização e cuidados de saúde, foi também reforçado o acompanhamento e apoio psicológico tão importante nesta situação.

Porém, para além de todas as medidas implementadas, há que realçar o empenho, dedicação, responsabilidade e espírito de sacrifício das nossas colaboradoras de todos os setores de atividade, sem as quais nenhuma medida teria sucesso.

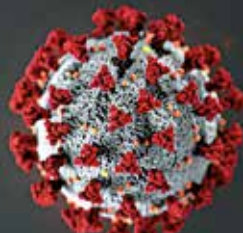
Entretanto, a Câmara Municipal de Tomar tomou a louvável iniciativa de promover a realização de análises de pesquisa ao coronavírus (SARS-CoV-2), em todas as Instituições do concelho, tendo as colheitas aos clientes do Lar de S. Mateus sido realizadas no dia 26 de março. Foi com muita satisfação que recebemos dois dias depois a informação de que todas as análises tiveram resultado negativo.

Têm sido tempos muito difíceis para quem vive e trabalha no Lar de S. Mateus e já sabemos que essas dificuldades se vão manter por mais algum tempo. Quanto tempo? Ainda não sabemos. O que sabemos é que são sacrifícios necessários e indispensáveis para salvaguardar a saúde dos nossos clientes e das nossas colaboradoras. Sabemos também que, após estes quase dois meses de sacrifício, não podemos abrandar nos cuidados e na prevenção e temos de continuar a manter todos os procedimentos, sem facilitismos nem precipitações, para não correr o risco de deitar a perder tudo o que de bem fizemos até agora.

Vamos, pois, encarar os próximos tempos com serenidade e confiança, porque no final VAMOS TODOS FICAR BEM!

COVID-19

CORONAVIRUS



O que fizemos e continuamos a fazer, porque há mais vida depois do coronavírus!

A pandemia do novo coronavírus obrigou-nos desde muito cedo a desencadear ações preventivas no sentido de proteger a saúde dos nossos clientes e das nossas colaboradoras.

Assim, no dia 8 de março foi implementado um Plano de Contingência abrangendo as instalações, os(as) colaboradores(as), os clientes e terceiros, fossem visitantes ou fornecedores. Este plano viria, posteriormente, a ser atualizado face ao desenvolvimento da pandemia e às instruções emitidas pelas Autoridades de Saúde.

Sucintamente, as medidas tomadas foram:

- Evitar o contacto dos clientes com pessoas exteriores à Instituição, mantendo-se o portão encerrado para melhor controlo;
- Divulgação e promoção das medidas de proteção emanadas da DGS, nomeadamente as de etiqueta respiratória e lavagem / desinfeção das mãos;
- Colocação de desinfetante de mãos em vários locais das instalações;
- Reforço das medidas de limpeza e desinfeção das instalações, superfícies e utensílios (fechaduras, puxadores de portas, corrimões, etc.) com produtos adequados;
- Promoção de um melhor arejamento das instalações para renovação do ar interior;
- Controlo sistemático e registo da temperatura corporal de clientes e colaboradoras, estas à entrada para o respetivo turno de trabalho;
- Alerta às colaboradoras para a deteção de eventuais sintomas da doença entre os clientes;
- Criação de um espaço de isolamento devidamente equipado, para o caso de vir a ser necessário.

Nova versão do Plano de Contingência em 15 de março, com novas medidas:

- Suspensão das visitas aos clientes e seu confinamento às instalações;
 - Suspensão da valência de Centro de Dia, substituída por Assistência Domiciliária – a partir de 16 de março.
- Em 25 de março, implementada nova versão do Plano de Contingência definindo novas medidas:

- As colaboradoras dos diversos setores são repartidas em dois grupos que trabalham alternadamente em “regime de espelho” – cinco dias de trabalho com jornada de 11 horas e cinco dias de descanso – para minimizar o número de contactos diários – a partir de 26 de março;
 - Reorganização de algumas tarefas para reduzir o número de contactos entre colaboradoras;
 - Aumento do distanciamento entre os clientes de acordo com o espaço disponível;
 - Definição dos caminhos de circulação para a área de isolamento.
 - As colaboradoras passaram a usar máscaras durante a sua atividade de apoio aos utentes – a partir de 31 de março;
- Isto é o que fizemos e continuaremos a fazer para proteger os nossos clientes e as nossas colaboradoras.

Naturalmente que o Plano de Contingência apenas define as medidas de proteção para evitar o contágio e, também, as medidas de contenção face a alguma situação de contágio que esperamos não acontecer, mas a atividade diária da Instituição, embora procurando manter alguma normalidade, teve de adaptar-se a esta nova realidade.

O isolamento a que os nossos idosos estão sujeitos e que os vem impedindo de receber visitas dos seus familiares e amigos, de participar em atividades no exterior ou, simplesmente, dar um pequeno passeio, obrigou a que fossem tomadas medidas mitigadoras dessa situação. Nesse sentido,

(continua na pág.15)